



Infecciones vaginales

La mayoría de las mujeres tienen una infección vaginal en algún momento de sus vidas.

Normalmente, todas las mujeres segregan mucosidad de la vagina. Esta secreción ayuda a mantener la vagina húmeda y limpia. La secreción normal es de color claro o beige, no tiene olor y no causa irritación. Durante la ovulación, la secreción puede ser más abundante y ligera y, justo antes del período menstrual, puede ser pegajosa, más espesa y opaca. Sin embargo, a veces un cambio en la secreción normal puede ser un indicio de infección vaginal.

Las infecciones vaginales son incómodas e irritantes, pero pueden curarse. La mayoría de las mujeres tienen una infección vaginal en algún momento de sus vidas. Rara vez las infecciones vaginales pueden ser un síntoma temprano de un problema más grave. Si sus síntomas incluyen dolor abdominal fuerte o dolor al orinar, comuníquese con Kaiser Permanente de inmediato.

Tipos de infecciones

Las infecciones por levaduras son normalmente causadas por una especie de hongo denominado candida o monilia. El hongo candida crece en áreas húmedas. Si bien normalmente se encuentra en la vagina, las infecciones ocurren cuando el hongo comienza a multiplicarse excesivamente. Por lo general, los síntomas incluyen una secreción espesa y blanca, parecida al requesón, y ardor, picazón o hinchazón del área vaginal externa.

- Las **infecciones por levaduras** son comunes. Aproximadamente el 75% de las mujeres tienen por lo menos una infección por levaduras en sus vidas. Los antibióticos, las píldoras

anticonceptivas, la diabetes y el embarazo aumentan las probabilidades de contraer infecciones por levaduras.

- La **tricomoniasis** es causada por un parásito. Se transmite principalmente por contacto sexual. Los síntomas incluyen una secreción espumosa amarilla o verde, irritación, sensación leve de ardor y, a veces, mal olor. Si le diagnosticaron tricomoniasis, le recomendamos que también se haga pruebas para detectar otras enfermedades de transmisión sexual.
- La **vaginosis bacteriana (VB)** es causada por el crecimiento excesivo de algunos tipos de bacterias vaginales normales. La vagina normalmente tiene muchas bacterias “buenas” y pocas bacterias “dañinas”. La vaginosis bacteriana se desarrolla cuando este equilibrio cambia y las bacterias dañinas superan en número a las bacterias buenas. Estas bacterias incluyen la gardnerella, el mobiluncus y el micoplasma. Algunas cosas que pueden alterar el equilibrio normal de bacterias en la vagina, aumentando el riesgo de tener vaginosis bacteriana, incluyen tener relaciones sexuales con una nueva pareja o con varias parejas, y las duchas vaginales. Sin embargo, la VB no es una enfermedad de transmisión sexual. La vaginosis bacteriana puede producir una secreción ligera blanca o grisácea con un fuerte olor a amoníaco o pescado. Otros síntomas pueden incluir ardor al orinar e irritación o picazón alrededor de la vagina.

Tratamiento

- La primera vez que presente cualquiera de los síntomas, informe a su médico o enfermero especializado cuáles son sus síntomas para poder tratar la infección correctamente.

- Las infecciones simples por levaduras pueden tratarse eficazmente con productos de venta sin receta (OTC, por sus siglas en inglés) como una crema vaginal con miconazol o clotrimazol. Los medicamentos recetados son necesarios sólo si los síntomas de infección por levaduras no responden a los medicamentos de venta sin receta. Esto no significa necesariamente que los productos de venta sin receta no sean eficaces. (Consulte “Infecciones recurrentes” más adelante). Estas cremas son seguras para utilizarse durante el embarazo.
- Otros tipos de infecciones vaginales por lo general requieren medicamentos recetados. La vaginosis bacteriana por lo general se trata con cremas o píldoras con metronidazol o clindamicina. Si le recetan un medicamento, use todas las dosis que le ordenaron, hasta que lo termine.
- La tricomoniasis por lo general se trata con píldoras que tienen metronidazol. Su pareja también deberá recibir tratamiento. Recuerde que las personas pueden estar infectadas aunque no tengan ningún síntoma. Evite el contacto genital o use condones (preservativos) durante el tratamiento hasta que la infección haya desaparecido en ambos integrantes de la pareja, ya que pueden volver a infectarse el uno al otro. Tal vez desee evitar tener relaciones sexuales durante este período, ya que la inflamación producida por la infección puede causar molestias durante las relaciones sexuales.
- Si está embarazada, consulte a su médico u otro profesional de la salud antes de tomar cualquier medicamento.

Infecciones recurrentes

Las infecciones recurrentes no significan necesariamente que los medicamentos no hayan funcionado. Puede significar que:

- La medicación funcionó pero usted volvió a infectarse.
- El medicamento funcionó pero la candida comenzó a multiplicarse en exceso nuevamente.
- Es posible que tenga altos niveles de azúcar en la sangre. Las infecciones recurrentes por levaduras puede ser un indicio de diabetes. Hable sobre esta posibilidad con su proveedor de atención médica, si tiene más de dos infecciones por año.
- Es posible que sus síntomas no se deban a una infección. Algunas mujeres pueden tener picazón o inflamación de la piel por alergias o irritación que les producen algunos jabones, baños de burbujas o productos para la higiene femenina.

Cómo prevenir infecciones vaginales

Hay muchas cosas que puede hacer para mantener la salud de su vagina.

- Lave diariamente la parte externa de su área genital con agua tibia, y luego séquela bien.
- Siempre limpie su área genital de adelante hacia atrás; desde la vagina hacia el ano. Este método evita que las bacterias del recto ingresen en la vagina y la uretra.
- Al bañarse, evite usar baños de burbujas, detergente líquido lavatrastes u otros productos químicos que puedan irritar la vagina. De igual modo, evite usar aerosoles para la higiene femenina o papel higiénico perfumado. No use toallas sanitarias ni tampones que estén perfumados.
- Los pantalones de mezclilla ajustados, los trajes de baño húmedos, la ropa

interior de nylon y las pantimedias retienen el calor y la humedad. Use ropa más holgada, ropa interior de algodón y pantimedias con entrepierna de algodón.

- No tome duchas vaginales ni use otros remedios caseros. Esto puede alterar el equilibrio químico natural de la vagina, y promover un crecimiento excesivo de las bacterias. Si siente que necesita una ducha vaginal, hable sobre sus motivos con su proveedor de atención médica.
- Cubra los juguetes sexuales con condones y límpielos luego de cada uso con una parte de blanqueador y diez partes de agua.
- Use condones para prevenir la tricomoniasis y otras enfermedades de transmisión sexual.

Cuándo comunicarse con Kaiser Permanente

Asegúrese de llamar a su proveedor de atención médica en los siguientes casos:

- Si siente dolor en el bajo vientre y fiebre superior a 101° F (38.33° C), además de secreción vaginal. Esto puede ser indicio de una enfermedad inflamatoria pélvica (PID, por sus siglas en inglés).
- Si está embarazada y tiene síntomas de una infección vaginal o infección del tracto urinario (UTI, por sus siglas en inglés).
- Si tiene síntomas de una infección del tracto urinario, como dolor al orinar, pérdida de orina o si siente la necesidad de ir al baño y sólo orina una pequeña cantidad.
- Si siente dolor durante las relaciones sexuales.
- Si los síntomas continúan a pesar del tratamiento con medicamentos de venta sin receta.
- Si los síntomas reaparecen en un plazo de dos meses y no estuvo tomando antibióticos.

Para obtener más información

- Visite kp.org/womenshealth (en inglés) para obtener más información sobre las infecciones vaginales por levaduras, la tricomoniasis, la vaginosis bacteriana y otros problemas de salud comunes.

Otros sitios web

- El Colegio Estadounidense de Obstetricia y Ginecología (*American College of Obstetricians and Gynecologists*) en acog.org (con información disponible en español).
- Planned Parenthood en plannedparenthood.org/esp/index.htm.
- El Centro Nacional de Información sobre la Salud de la Mujer (*The National Women's Health Information Center*) en womenshealth.gov/espanol.
- El Instituto Nacional de Alergias y Enfermedades Infecciosas (*National Institute of Allergy and Infectious Diseases*) de los Institutos Nacionales de la Salud (*National Institutes of Health*) en niaid.nih.gov (en inglés). Busque los términos "Vaginal Infection" o "Vaginitis."

Su capacidad para tomar las mejores decisiones sobre su salud sexual puede verse seriamente afectada si es víctima de violencia o abuso. Si su pareja o cónyuge la golpea, lastima o amenaza, hay ayuda disponible. Llame a la Línea Nacional sobre Violencia Doméstica (*National Domestic Violence Hotline*) al 1-800-799-7233 o visite el sitio ndvh.org y seleccione la pestaña "Español".

Otros recursos

- Visite nuestro sitio web en kp.org/espanol para acceder a las enciclopedias de salud y medicamentos, programas interactivos, clases de salud y más.
- Comuníquese con el Departamento o Centro de Educación de la Salud de Kaiser Permanente para obtener información sobre salud, programas u otros recursos.

Esta información no tiene como objetivo diagnosticar problemas de salud ni tomar el lugar de los consejos médicos ni del cuidado que usted recibe de su doctor o de otro profesional de la salud. Si tiene problemas de salud persistentes, o si tiene preguntas adicionales, por favor consulte con su doctor. Si tiene más preguntas o necesita información adicional acerca de sus medicamentos, por favor hable con su farmacéuta. Kaiser Permanente no recomienda ninguna marca de fábrica; se puede utilizar cualquier producto similar.